

Использование методов  
кинезиологии  
в коррекционно-развивающей  
работе  
с детьми старшего дошкольного  
возраста с ОВЗ



# Актуальность темы

Перед педагогами дошкольного учреждения стоит задача всестороннего развития детей и подготовки их к поступлению в школу. В последнее время отмечается увеличение количества детей с затруднениями в обучении, различными речевыми, психологическими нарушениями, трудностями в адаптации.

Жизнь современного ребенка становится все разнообразнее и сложнее. И она требует не привычных действий, а определенной подвижности, гибкости мышления, быстрой ориентации и адаптации к новым условиям, творческого подхода к решению возникающих проблем.



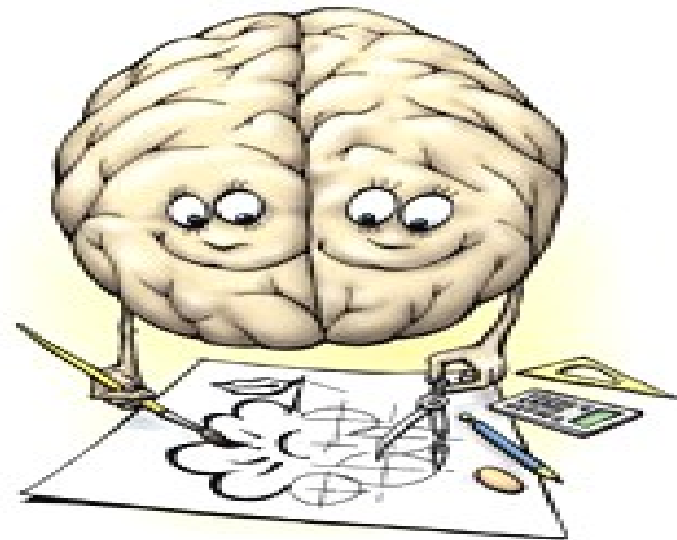
# Что такое кинезиология?

**Кинезиология** – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения. То есть это своеобразная «гимнастика для мозга».



# « Гимнастика мозга»- ключ к развитию способностей ребёнка!

Человеческий мозг состоит из двух полушариев. Обычно у человека одно из полушарий является доминирующим и это проявляется в различии способа переработки информации. Люди с доминирующим левым полушарием обладают логическим складом ума. А творческие личности – это люди с доминирующим правым полушарием.



# Тест на определение доминирующего полушария.

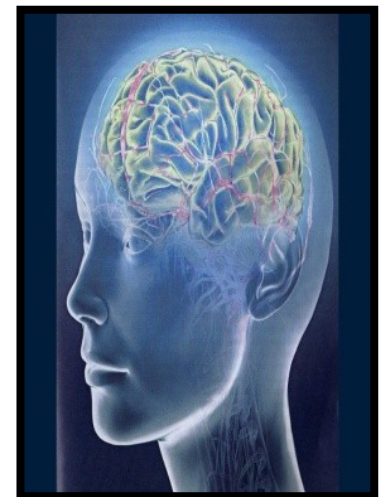


# Тест на определение сложности межполушарного взаимодействия

**Межполушарное взаимодействие** – это возможность передачи информации из одного полушария в другое.

**Описание теста:** ребенок держит ведущую руку на пояснице. Педагог касается твердый предметом в хаотичном порядке фаланг пальцев руки, не задевая при этом большой палец. Испытуемый должен показать большим пальцем свободной руки, какая фаланга какого пальца была задета.

**Результаты теста:** более 30% неправильных ответов - сложности межполушарного взаимодействия присутствуют.



# Цели кинезилогических упражнений

- развитие межполушарного взаимодействия,
- синхронизация работы полушарий,
- развитие мелкой моторики,
- развитие способностей,
- развитие памяти, внимания, речи
- развитие мышления



## Важные условия эффективного применения кинезиологических методов:

- Во время занятия проводить такие упражнения можно только в том случае, если идет стандартная работа.
  - Творческую деятельность прерывать кинезиологическими упражнениями нецелесообразно.
- Если же детям предстоит интенсивная умственная нагрузка, то комплекс упражнений лучше проводить перед работой.
- Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При более интенсивной нагрузке и значительнее изменения.



# Кинезиологические методы

- Упражнения по развитию мелкой моторики рук
- Дыхательные упражнения
- Растяжки: регуляция силы мышечного тонуса
- Глазодвигательные упражнения
- Упражнения на релаксацию
- Телесные упражнения
- Массаж, самомассаж



# Развитие мелкой моторики рук

«Кулак–ребро–ладонь» – последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола.



**«Ладушки-оладушки»**- правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх, одновременная смена позиций.

Мы играли в ладушки-  
Жарили оладушки,  
Так пожарим, повернем  
И опять играть начнем



**«Здравствуй»** – пальцами правой руки по-очередно «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками.

**«Заяц-кольцо»**: а) пальцы-в кулачок, выдвинуть указательный и средний пальцы; б) большой и указательный пальцы соединить в кольцо, остальные-развести в стороны.



# Растяжки

**“Снеговик”** - Каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала “тает” и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко присаживается и изображает лужицу воды.

**« Дерево»**- Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.



# Дыхательные упражнения

«Свеча» - Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.



“Дыхание” 1. Медленный вдох через нос, когда грудная клетка начнет расширяться — прекратить вдох и сделать паузу длительностью 4с; 2 — плавный выдох через нос.

Тихо-тихо мы подышим,  
Сердце мы свое услышим.

«Ныряльщик» - Сделайте глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть — открыть нос и сделать выдох.



# Телесные упражнения

«Ухо – нос» - левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».



«Перекрестное марширование»

Любим мы маршировать,  
Руки, ноги поднимать.

Нужно шагать, высоко  
поднимая колени попеременно  
касаясь правой и левой рукой  
по противоположной ноге.



### «Колено – локоть».

Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз.

### «Винни – пух».

Одна рука гладит себя по животу по часовой стрелке, а другой горизонтально поднимать и опускать над головой, слегка задевая голову. Затем меняем руки.



# Глазодвигательные упражнения

## «Горизонтальная восьмерка»

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы.

## «Глаз – путешественник»

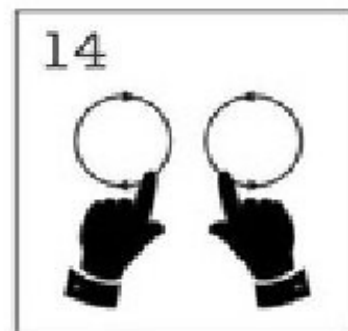
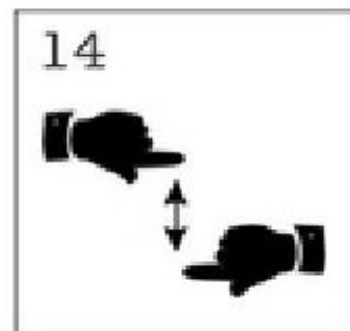
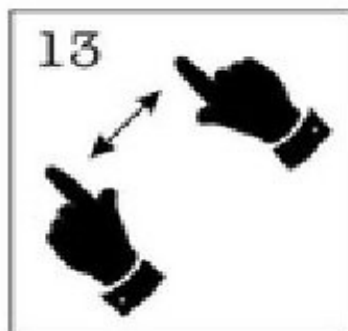
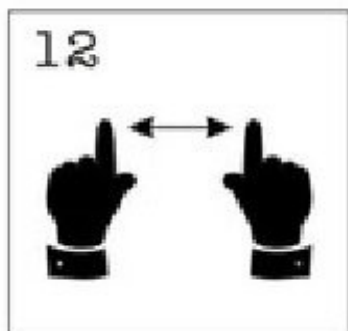
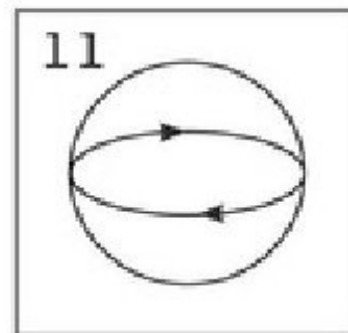
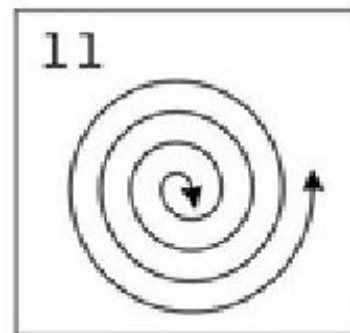
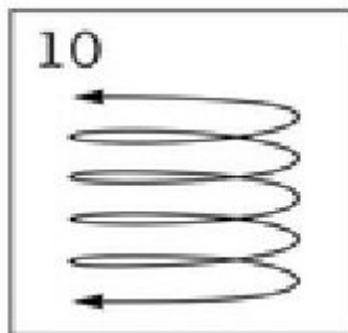
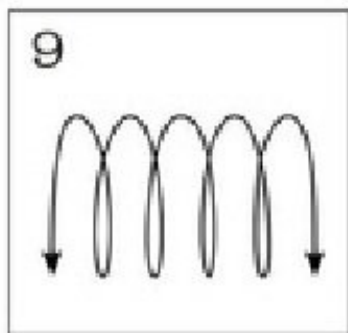
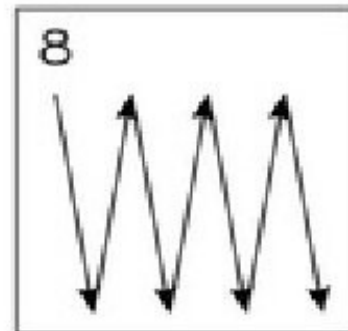
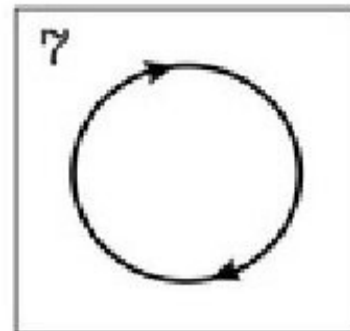
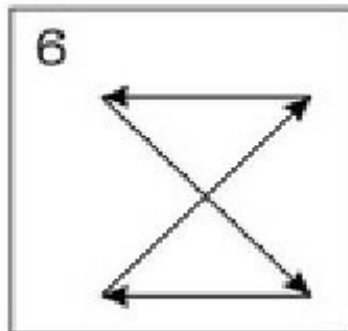
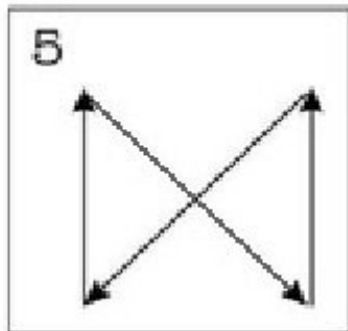
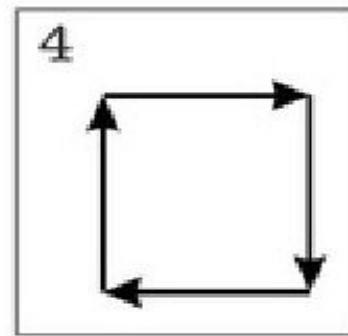
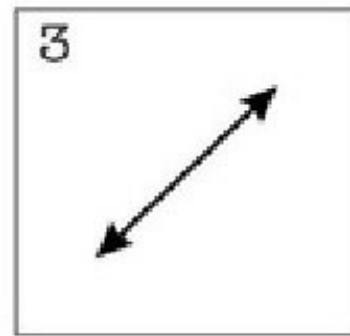
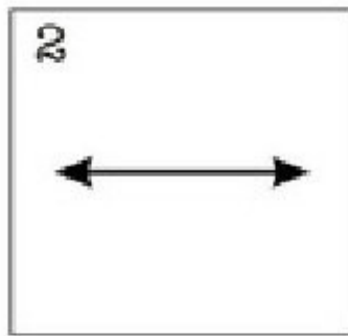
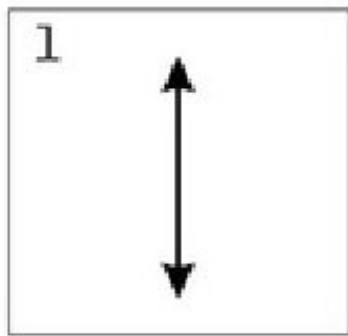
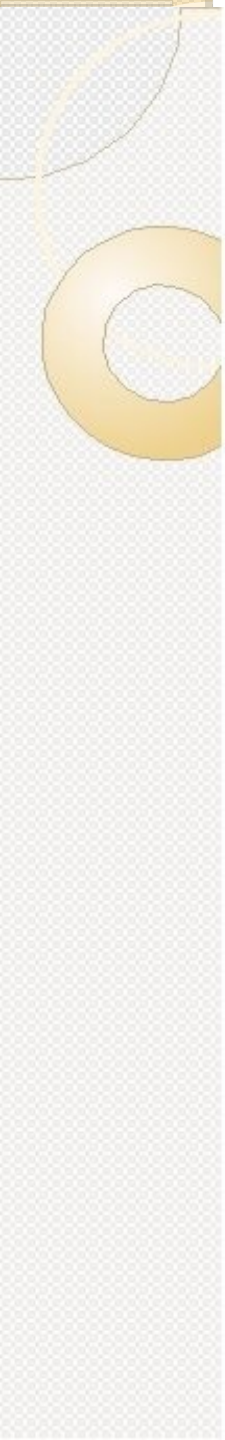
Развесить в разных углах и по стенам группы различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный педагогом.

## “Глазки”

Чтобы зоркость не терять, Нужно глазками вращать. Вращать глазами по кругу по 2-3 с.

Чтобы зоркими нам стать, Нужно на глаза нажать. Тремя пальцами правой руки нажать на верхнее веко (1-2 сек.)





# Заключение

## Кинезиологические упражнения:

- «Оживляют» и оптимизируют образовательный процесс, снижают утомляемость детей.
- При использовании кинезиологических методов повышается стрессоустойчивость организма, работоспособность.
- Улучшается мыслительная деятельность.
- Повышается уровень развития памяти, внимания, речи, пространственных представлений, зрительно-моторной координации, совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы.
- Повышается уровень эмоционального благополучия ребенка.

Так, при наименьших затратах достигается





**СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!**